

**Kassel, 27. Januar 2020**

## **Pflege-Tandem der SVLFG**

### ***Jeder Kilometer hat sich gelohnt***

**Jürgen und Frauke Plöhn aus dem schleswig-holsteinischen Meggerdorf reisten zum Pflege-Tandem nach Unterfranken. Das Angebot der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) überzeugte das Paar auf ganzer Linie.**

Das Pflege-Tandem der SVLFG ist ein Gesundheitsangebot für pflegende Menschen und ihre pflegebedürftigen Angehörigen. In Bad Bocklet können die Pflegenden eine Woche lang an Gesundheitskursen und Informationsveranstaltungen teilnehmen, während die pflegebedürftigen Angehörigen in einer nahegelegenen Tagespflegeeinrichtung betreut werden. Dass sich dafür auch eine weite Anreise lohnt, zeigen die Schilderungen von Jürgen Plöhn.

Jürgen Plöhn ist immer noch überwältigt und voller Dankbarkeit, wieviel Gutes vor allem seine Frau Frauke aus dem Aufenthalt in Bad Bocklet mitnehmen konnte. „Frauke hatte einen Schlaganfall. Erst war uns schon mulmig wegen der weiten Fahrt, aber es hat sich gelohnt. Je weiter wir Richtung Süden kamen, umso besser wurde auch das Wetter. Die Sonne schien und so war auch die Fahrt schon ein positives Erlebnis“, sagt er.

In der Einrichtung angekommen, war es für Frauke Plöhn vor allem eine gute Erfahrung, die Vorzüge einer Tagespflege kennenzulernen. Bis zu dem Zeitpunkt gab es eine Hemmschwelle, wenn es um dieses Thema ging. „Zuhause hätte Frauke sich eher abgeschoben gefühlt, wenn ich die Rede auf eine Tagespflege gebracht hätte – das hätte sie verletzt“, ist sich ihr Ehemann sicher. „In Bad Bocklet war die Situation ganz anders. Dort waren lauter fremde Menschen und die Situation war für alle neu. Die Betreuung war sehr gut. Die Pflegerinnen waren sehr kompetent und freundlich, so dass Frauke sich sehr wohl gefühlt hat. Sie konnte die Gemeinsamkeit, das Singen, den Ausflug nach Bad Kissingen und die Kommunikation mit den anderen richtig genießen“, so Plöhn weiter.

Die Gruppe war altersmäßig gut gemischt. Das kam Frauke Plöhn entgegen. „Wir fühlen uns noch nicht so alt“, erklärt er. „In der Tagespflege hat sie gesehen, dass dort nicht nur sehr alte, gebrechliche Menschen sind, sondern eben auch jüngere, die wie sie aufgrund von Krankheiten Hilfe brauchen“. Plöhn ist sich sicher, dass jetzt wohl auch zuhause die Hürde für seine Frau nicht mehr so hoch wäre, eine Tagespflege zu besuchen, wenn es notwendig wäre.

Die Pflegenden lernen in den Gesundheitskursen Bewegungs- und Entspannungsübungen, mit denen sie ihre Gesundheit stärken können. Im angebotenen Pflegekurs werden Hilfs- und Unterstützungsangebote vorgestellt, die den Pflegealltag erleichtern. Pflegeberater vor Ort helfen dabei, herauszufinden, wie die konkrete häusliche Pflegesituation verbessert werden kann. Vorträge informieren zum Beispiel über Demenz, zu Leistungen der Pflegekasse

---

#### **Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau**

Weißensteinstraße 70 - 72  
34131 Kassel

Telefon: 0561 785-0  
Internet: [www.svlfg.de](http://www.svlfg.de)  
E-Mail: [kommunikation@svlfg.de](mailto:kommunikation@svlfg.de)

#### **Pressesprecher:**

Dr. Erich Koch  
Telefon: 0561 785-12142  
Martina Opfermann-Kersten  
Telefon: 0561 785-16183

oder Erster Hilfe. Jürgen Plöhn verfolgte interessiert die angebotenen Vorträge und Informationsveranstaltungen. Er nutzte alle Angebote und genoss vor allem die Bewegung im Wasser bei der Aqua-Gymnastik und die gut umsetzbaren Fitness-Tipps.

Wieder zuhause sagt er: „Wir beginnen jetzt jeden Tag mit den Fünf-Minuten-Übungen, die ich dort gelernt habe. Das ist ein guter Start in den Tag für uns beide.“ Was Plöhn besonders freut, ist, wie sehr seine Frau von der Woche profitieren konnte: „Der Physiotherapeut, mit dem meine Frau zuhause zweimal wöchentlich trainiert, bestätigte mir, dass sie objektiv bemerkenswerte Fortschritte gemacht hat. Das ist doch ein schöner Erfolg, oder?“

Petra Stemmler-Richter

Sozialversicherung für  
Landwirtschaft, Forsten  
und Gartenbau

### **Das steckt hinter dem Pflege-Tandem**

Die Gesundheitswoche „Pflege-Tandem“ der SVLFG findet zu verschiedenen Terminen in Bad Bocklet statt. Das Besondere: Zu dieser Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige können pflegende Menschen ihre pflegebedürftigen Angehörigen mitnehmen. Je nach Bedarf wohnen beide in einem gemeinsamen Zimmer oder getrennt. Während dieser sieben Tage erhalten die Pflegenden Anleitung, Beratung und Tipps für ihren häuslichen Pflegealltag. In kleinen Seminargruppen werden sie durch Fachleute in allen Aspekten der Pflege geschult und lernen, wie sie ihre Angehörigen pflegen können, ohne sich dabei selbst zu überlasten. Darüber hinaus bleibt Zeit für Erholung und Entspannung, sowie für den Erfahrungsaustausch mit anderen Teilnehmern. Das Angebot wird vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördert.

Teilnehmen dürfen Pflegenden aus dem gesamten Bundesgebiet, die eine Person pflegen, die Anspruch auf Leistungen der Landwirtschaftlichen Pflegekasse hat. Für Unterkunft und Vollpension ist für den pflegenden Angehörigen eine Eigenbeteiligung von 99 Euro zu zahlen. Die Kosten für den Pflegebedürftigen sind individuell abhängig von Unterbringung und Pflegegrad. Vorab klärt ein persönliches Gespräch mit einem SVLFG-Pflegeberater, ob im konkreten Fall eine Teilnahme am Pflege-Tandem möglich und sinnvoll ist oder ob ein anderes Gesundheitsangebot besser passt. Weitere Informationen unter [www.svlfg.de/gleichgewicht](http://www.svlfg.de/gleichgewicht) oder telefonisch unter 0561 785-10510.

---

#### **Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau**

Weißensteinstraße 70 - 72  
34131 Kassel

Telefon: 0561 785-0  
Internet: [www.svlfg.de](http://www.svlfg.de)  
E-Mail: [kommunikation@svlfg.de](mailto:kommunikation@svlfg.de)

#### **Pressesprecher:**

Dr. Erich Koch  
Telefon: 0561 785-12142  
Martina Opfermann-Kersten  
Telefon: 0561 785-16183



*Jürgen Plöhn (vorne hockend) und die anderen Kursteilnehmer in Bad Bocklet.*

---

**Sozialversicherung für  
Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau**

Weißensteinstraße 70 - 72  
34131 Kassel

Telefon: 0561 785-0  
Internet: [www.svlfg.de](http://www.svlfg.de)  
E-Mail: [kommunikation@svlfg.de](mailto:kommunikation@svlfg.de)

**Pressesprecher:**

Dr. Erich Koch  
Telefon: 0561 785-12142  
Martina Opfermann-Kersten  
Telefon: 0561 785-16183



*Jürgen Plöhn setzte sich in den Rollstuhl, um das Hilfsmittel für seine zu pflegende Ehefrau am eigenen Leib zu erfahren.*

*Fotos: SVLFG*

---

#### **Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau**

Weißensteinstraße 70 - 72  
34131 Kassel

Telefon: 0561 785-0  
Internet: [www.svlfg.de](http://www.svlfg.de)  
E-Mail: [kommunikation@svlfg.de](mailto:kommunikation@svlfg.de)

#### **Pressesprecher:**

Dr. Erich Koch  
Telefon: 0561 785-12142  
Martina Opfermann-Kersten  
Telefon: 0561 785-16183